[2026年9月 献立予定表]

※牛乳は毎日つきます。

日	献立名	赤の仲間 血や肉になる	黄の仲間 熱や力の元になる	緑の仲間 体の調子を整える	その他	中学校 エネルギー 蛋白質 脂質 食塩相当量	
1 火	一食中華麺≪麦≫		中華麺			774	kcal
	醤油ラーメンのスープ≪豚・大豆・麦・ご・鶏≫	豚肉,なると	サラダ油	おろしにんにく,にんじん,もやし,キャベツ,味付メンマ,ねぎ	清酒,こいくちしょうゆ,白こしょう,焼塩,中華スープの素,だしパック(煮干)	25.2	g
	春巻≪麦・大豆・豚≫	春巻	キャノーラ油			23.5	g
	枝豆の塩ゆで≪大豆≫			えだまめ	食塩,焼塩	2.0	g
2 水	麦ごはん≪ー≫		米,大麦			800	kcal
	大根の味噌汁≪大豆≫	冷凍豆腐,わかめ,赤味噌,ミックス味噌		だいこん,えのきだけ,ねぎ	だしパック(煮干)	26.0	g
	豚肉と野菜の揚げ煮≪豚・大豆・麦≫	豚肉	かたくり粉,キャノーラ油,三温糖,サラダ油	おろししょうが,ごぼう,にんじん,たまねぎ,冷凍えだまめ	清酒,穀物酢,こいくちしょうゆ,本みりん	16.5	g
	アセロラゼリー≪ー≫		アセロラゼリー			1.4	g
3 木	食パン≪麦・乳≫		食パン			743	kcal
	冬瓜入りスープ≪豚・大豆・麦・鶏≫	ハム	サラダ油	たまねぎ,にんじん,とうがん	焼塩,白こしょう,うすくちしょうゆ,チキンコンソメ,乾燥パセリ	31.0	g
	ハンバーグのケチャップソースがけ≪大豆・鶏・豚≫	ハンバーグ	三温糖,米粉	トマトピューレ	トマトケチャップ,ウスターソース	25.6	g
	コーンサラダ≪ー≫			キャベツ,きゅうり,冷凍とうもろこし		3.3	g
	コールスロードレッシング≪ー≫		コールスロードレッシング				
4 金	麦ごはん≪ー≫		米,大麦			743	kcal
	豆腐のすまし汁≪大豆・麦≫	豆腐,かまぼこ		たまねぎ,ねぎ	こいくちしょうゆ,うすくちしょうゆ,本みりん,焼塩,だしパック(かつお)	31.5	g
	鰆の照り焼きだれがけ≪大豆・麦≫	サワラ	三温糖,かたくり粉		清酒,こいくちしょうゆ,本みりん	16.4	g
	小松菜のごま和え≪大豆・麦・ご≫		三温糖,白ごま(すり)	こまつな,もやし,にんじん	こいくちしょうゆ,和風だしの素,本みりん	1.5	g
7 月	麦ごはん≪ー≫		米,大麦			739	kcal
	なすの味噌汁≪大豆≫	冷凍豆腐,油揚げ,ミックス味噌,赤味噌		なす,だいこん,ねぎ	だしパック(煮干)	31.2	g
	豚肉の生姜炒め≪豚・大豆・麦≫	豚肉	サラダ油,三温糖,かたくり粉	おろししょうが,たまねぎ,刻みしょうが	こいくちしょうゆ,清酒,本みりん	16.0	g
	野菜の煮浸し≪大豆・麦≫			こまつな,にんじん,もやし,冷凍とうもろこし	こいくちしょうゆ,和風だしの素,本みりん,プチドリップ	1.6	g
8 火	一食うどん≪麦≫		うどん			764	kcal
	卵とじうどんのつゆ≪大豆・卵・乳・麦・豚≫	豚肉,かまぼこ,油揚げ,鶏卵	かたくり粉	にんじん,たまねぎ,ねぎ	こいくちしょうゆ,うすくちしょうゆ,本みりん,焼塩,だしパック(かつお)	37.3	g
	子持ちシシャモの磯辺揚げ≪ー≫	子持ちシシャモ粉付き(片栗粉・青のり)	キャノーラ油			22.6	g
	きんぴらごぼう≪大豆・麦≫	はんぺん	サラダ油,三温糖	ごぼう,にんじん,冷凍さやいんげん	穀物酢,清酒,こいくちしょうゆ,本みりん,和風だしの素	2.7	g
9 水	麦ごはん≪ー≫		米,大麦			775	kcal
	わかめスープ≪大豆・鶏・ご・麦≫	わかめ,冷凍豆腐		だいこん,ねぎ,冷凍とうもろこし	中華スープの素,こいくちしょうゆ,焼塩,白こしょう	29.1	g
	エビシュウマイ≪エ・麦≫	エビシュウマイ				18.1	g
	ビビンバの具≪豚・大豆・麦・ご≫	豚肉	サラダ油,三温糖,ごま油,白ごま(いり)	もやし,たけのこ水煮,ほうれんそう,にんじん,おろしにんにく	清酒,白こしょう,こいくちしょうゆ,穀物酢	2.2	g
10 木	食パン≪麦・乳≫		食パン			715	kcal
	コンソメスープ≪豚・大豆・麦・鶏≫	ウインナー	サラダ油,じゃがいも	たまねぎ,にんじん	チキンコンソメ,焼塩,白こしょう	29.2	g
	キーマカレー≪大豆・豚・麦・鶏≫	豚挽肉,ひきわり大豆	サラダ油,ｶﾙｰﾙｳ(とろける給食用),米粉	おろしにんにく,おろししょうが,たまねぎ,にんじん,トマトピューレ	焼塩,白こしょう,クミンパウダー,ナツメッグパウダー,チキンコンソメ,トマトケチャップ,ウスターソース,カレー粉	25.5	g
	切干大根サラダ≪ー≫			切干だいこん,もやし,きゅうり,冷凍とうもろこし		3.0	g
	和風ドレッシング≪ー≫		和風ドレッシング				
11 金	チキンライス≪鶏・大豆・麦・豚≫	鶏肉	アルファ化米（うるち米）,サラダ油,三温糖	にんじん,たまねぎ,冷凍とうもろこし,トマトジュース	白ワイン,チキンコンソメ,トマトケチャップ,ウスターソース,こいくちしょうゆ,焼塩,白こしょう	752	kcal
	ポテトコロッケ≪麦・大豆≫		野菜コロッケ,キャノーラ油			23.5	g
	ツナとキャベツのソテー≪麦・大豆・豚・鶏≫	ツナフレーク油漬	サラダ油	キャベツ,にんじん	チキンコンソメ,焼塩,白こしょう	23.7	g
	ヨーグルト≪乳≫	ヨーグルト				1.9	g
14 月	麦ごはん≪ー≫		米,大麦			765	kcal
	キャベツの豚汁≪豚・大豆≫	豚肉,油揚げ,赤味噌,ミックス味噌		キャベツ,にんじん,たまねぎ,ねぎ	だしパック(煮干)	29.4	g
	厚揚げのおろしあんかけ≪大豆・麦≫	厚揚げ	三温糖,かたくり粉	だいこん,おろし,おろししょうが	こいくちしょうゆ	20.0	g
	ひじきの炒め煮≪大豆・麦≫	こめひじき,竹輪	サラダ油,こんにゃく,中ざら糖	にんじん,冷凍えだまめ	こいくちしょうゆ,清酒,本みりん,和風だしの素	1.8	g
15 火	一食ソフト麺≪麦≫		ソフト麺			791	kcal
	ツナトマトソース≪大豆・麦・豚・鶏≫	ツナフレーク油漬	サラダ油,ハヤシフレーク,三温糖,米粉	おろしにんにく,たまねぎ,にんじん,マッシュルーム水煮,トマト水煮,トマトピューレ	トマトケチャップ,ウスターソース,焼塩,白こしょう,チキンコンソメ	32.6	g
	ココアビーンズ≪大豆≫	蒸し大豆	かたくり粉,キャノーラ油,グラニュー糖		純ココア	25.9	g
	グリーンサラダ≪ー≫			こまつな,キャベツ,きゅうり		2.3	g
	和風ドレッシング≪ー≫		和風ドレッシング				
16 水	麦ごはん≪ー≫		米,大麦			756	kcal
	中華卵スープ≪大豆・卵・乳・鶏・ご・麦≫	冷凍豆腐,鶏卵	かたくり粉	もやし,にんじん,ねぎ	中華スープの素,こいくちしょうゆ,焼塩,白こしょう	25.3	g
	八宝菜≪豚・大豆・ご・麦・鶏≫	豚肉,高野豆腐	ごま油,三温糖,かたくり粉	おろししょうが,刻みしょうが,たまねぎ,はくさい,にんじん,たけのこ水煮,干し椎茸	清酒,こいくちしょうゆ,焼塩,中華スープの素	17.0	g
	豆乳プリン≪大豆≫		豆乳プリン			1.3	g
17 木	米粉入りコッペパン≪麦・乳≫		米粉入りコッペパン			780	kcal
	クリームシチュー≪大豆・豚・乳・麦・鶏≫	ベーコン,鉄分強化牛乳	サラダ油,じゃがいも,シチューミックス,米粉	にんじん,たまねぎ	白ワイン,白こしょう,焼塩,チキンコンソメ	33.8	g
	鶏肉のレモンソースがけ≪鶏・大豆・麦≫	鶏肉	かたくり粉,米粉,キャノーラ油,三温糖		清酒,白こしょう,こいくちしょうゆ,レモン果汁	22.9	g
	海藻サラダ≪ー≫	海藻ミックス(わかめ,寒天,赤つのまた,茎わかめ,昆布)		だいこん,きゅうり,冷凍とうもろこし		3.7	g
	青じそドレッシング≪ー≫		青じそドレッシング				
18 金	麦ごはん≪ー≫		米,大麦			760	kcal
	麸のすまし汁≪麦・大豆≫	冷凍豆腐	麸	たまねぎ,にんじん,ねぎ	こいくちしょうゆ,うすくちしょうゆ,本みりん,焼塩,だしパック(かつお)	26.6	g
	サンマの塩焼き≪ー≫	サンマ			清酒,レモン果汁	22.5	g
	大根の煮物≪大豆・麦≫	はんぺん	こんにゃく,中ざら糖	だいこん,にんじん,冷凍さやいんげん	こいくちしょうゆ,本みりん,和風だしの素	1.3	g
24 木	黒糖コッペパン≪麦・乳≫		黒糖コッペパン			774	kcal
	ジュリエンヌスープ≪豚・大豆・麦・鶏≫	ベーコン	サラダ油	たまねぎ,にんじん,マッシュルーム水煮,セロリー	チキンコンソメ,焼塩,白こしょう	32.3	g
	マーマレードチキン≪鶏・大豆・麦≫	鶏肉	マーマレード	おろしにんにく	白こしょう,こいくちしょうゆ,白ワイン,焼塩	28.2	g
	イタリアンサラダ≪ー≫			キャベツ,冷凍とうもろこし,にんじん		3.0	g
	イタリアンドレッシング≪ー≫		イタリアンドレッシング				
25 金	ひじきご飯≪大豆・豚・麦≫	豚肉,油揚げ,こめひじき	アルファ化米（うるち米）,サラダ油,こんにゃく,中ざら糖	にんじん,冷凍えだまめ	清酒,こいくちしょうゆ,焼塩,和風だしの素,こんぶだし	788	kcal
	ニシンの竜田揚げ≪麦・大豆≫	ニシン竜田揚げ	キャノーラ油			27.9	g
	里芋の煮物≪麦・大豆≫	はんぺん	里芋,中ざら糖	にんじん,冷凍さやいんげん,おろししょうが	清酒,こいくちしょうゆ,本みりん,和風だしの素	27.0	g
	月見だんご≪ー≫		月見だんご			1.8	g
28 月	麦ごはん≪ー≫		米,大麦			781	kcal
	ハッシュドポーク≪豚・大豆・麦・鶏・牛・ゼ≫	豚肉	サラダ油,じゃがいも,デミグラスソース,ハヤシフレーク,米粉	おろしにんにく,たまねぎ,にんじん,マッシュルーム水煮,プルーンピューレ	焼塩,白こしょう,赤ワイン,トマトケチャップ,ウスターソース,チキンコンソメ	23.8	g
	ウインナーと野菜のソテー≪豚・鶏・大豆・麦≫	ウインナー	サラダ油	こまつな,にんじん,もやし	チキンコンソメ,焼塩,白こしょう	16.4	g
	オレンジ≪オ≫			オレンジ		2.2	g
29 火	小型コッペパン≪麦・乳≫		小型コッペパン			725	kcal
	焼きそば≪麦・大豆・豚・リ≫	豚肉,あおのり,カツオ節	焼きそば麺,サラダ油	キャベツ,たまねぎ,にんじん,刻みしょうが	焼塩,白こしょう,ウスターソース,焼きそばソース	30.9	g
	オムレツ≪卵≫	オムレツ				24.2	g
	ポテトサラダ≪大豆≫		じゃがいも	冷凍えだまめ,冷凍とうもろこし		3.6	g
	ノンエッグマヨネーズ≪大豆≫		ノンエッグマヨネーズ				
30 水	麦ごはん≪ー≫		米,大麦			787	kcal
	なめこの味噌汁≪大豆≫	豆腐,油揚げ,ミックス味噌,赤味噌		なめこ水煮,たまねぎ,ねぎ	だしパック(煮干)	27.3	g
	豚肉とごぼうのあんからめ≪豚・大豆・麦・ご・鶏≫	豚肉	かたくり粉,米粉,キャノーラ油,三温糖,ごま油	おろししょうが,ごぼう	清酒,穀物酢,ウスターソース,こいくちしょうゆ,中華スープの素	18.6	g
	塩昆布和え≪大豆・麦≫	塩昆布		キャベツ,もやし,にんじん	こいくちしょうゆ,プチドリップ	1.8	g

（注）微量の添加物、コンタミネーション（混入）については、表記しておりません。
※表記されるアレルゲンは、下記の28品目です。
卵《卵》、乳·乳製品《乳》、小麦《麦》、エビ《エ》、カニ《カ》、そば《そ》、ピーナッツ《落》、アワビ《アワビ》、イカ《イ》、いくら《い》
オレンジ《オ》、キウイフルーツ《キ》、牛肉《牛》、くるみ《く》、サケ《鮭》、サバ《鯖》、大豆·大豆製品《大豆》、鶏肉《鶏》、バナナ《バ》、豚肉《豚》
もも《桃》、やまいも《山》、りんご《リ》、ゼラチン《ゼ》、カシューナッツ《カシュ》、ごま《ご》、アーモンド《ア》、マカダミアナッツ《マ》

＊学校給食は「学校給食地産地消推進事業」により、県・市町村・JAグループの一部助成金を受けています。
＊献立表及び材料表は、各務原市のホームページでも確認することができます。
ホーム＞くらし・市政＞子育て・教育＞小学校・中学校・特別支援学校＞
学校給食センター献立表

ホームページは
こちらへ